

Kursleiter



Ingo Schmitt, geb. 1956 im Sauerland/Westf. Ab 1986 erlernte er von Andrew Dabioch verschiedene asiatische Kampf-, Bewegungs- und Übungskünste. Von 1988 an unterrichtet er in der Tao Academy in Wilhelmshaven, leitet bundesweit Workshops und Seminare. 1995 erhielt er die Meister-Graduierung in der Tao Academy. Seit 2013 mit Familie ansässig in Ochsenfurt. www.tao-academy.de

Andrew Dabioch, geb. 1959 in England, Lehrmeister, Begründer und Leiter der Tao Academy und der Andrew Dabioch Videoproduktion in Wilhelmshaven. Seit seinem 13. Lebensjahr widmet er sich den asiatischen Kampf- und Bewegungskünsten, Gesundheits- und Meditationsübungen. 1982 erfolgte seine Meistergraduierung vor chinesischen und deutschen Meistern. www.tao-academy.de



Andreas Oldekamp, Jahrgang 1966, leitet seit 1999 die „Praxis für Bewegung und Stille“ in Kaltenkirchen. Er hat langjährige Kursleitererfahrung mit Taijiquan, Qigong und PanGu-Gruppen. Ausgebildet von Foen Tjoeng Lie, Hua Xiang Su, Jian Guiyan, Lena du Hong, Sui QingBo und weiteren. www.funkenberg8.de

Anmeldung und Info



Ferienzentrum am Deich - Nordsee
Am Deich 39 in 26969 Burhaviersiel
Tel.: 04733 870

E-Mail: burhave@awosano-nordsee.de

www.awosano-nordsee.de



Die Seminarkosten



... betragen 120 Euro für Erwachsene ohne Unterbringung und Verpflegung. Frühbuche erhalten 10 % Rabatt bis zum 01. November 2023

Unterkunft und Verpflegung



Vollpension/Nacht: Einzelzimmer 80 Euro,
Doppelbettz. 55 Euro/Pers. ab Belegung mit zwei Personen.



Qigong & Taiji an der Nordsee

Ankommen, mitmachen, auftanken

vom 1. bis 3. Dezember 2023

in Butjadingen-Burhaviersiel

im AWO SANO Ferienzentrum am Deich



Tao Academy



Die Kurse

Das Seminarwochenende findet vom 1. bis 3. Dezember 2023 im Familienzentrum am Deich in Butjadingen-Burhaversiel an der Nordsee statt. Wir bieten ein abwechslungsreiches Programm und freuen uns auf Euch! Herzlichst Andrew, Ingo und Andreas



„Der Jade-Kaiser schaut über das Wasser“:
Zum Einfinden üben wir gemeinsam eine erzählende Übungsfolge, angelehnt an Übungen aus dem Lotus-Qi Gong und passend zum Jahresabschluss: "Der Jade-Kaiser schaut über das Wasser".

Große Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong) - Erste 64er-Form Gestenreich und stimmungsvoll macht sich die Wildgans in der ersten Choreografie mit 64 Bildern auf den Weg. Von der Menschwerdung durch das Sich-Aufrichten zum Himmel und Erblicken der lichten Weite bis hin zum Niederkauern in der Geborgenheit der hockenden Schlafposition erfährt sich der Übende auf dem Weg der eigenen Selbstfindung zwischen Yang und Yin, zwischen Himmel und Erde. Ein reiches, meditatives Rollenspiel spielerischer Identifizierung mit archaischen Bildern und Urkräften wird hier erfahren. Alle Übungen, Bilder und Gesten werden auch als Einzelübungen praktiziert, im Verbund der Choreografie sind sie besonders ergiebig.



Fliegender Kranich-Qi Gong besteht aus fünf relativ einfach auszuführenden Übungen, die die anmutigen Bewegungen eines Kranichs nachempfinden lassen, mit anschließendem Nachspüren der sich frei einstellenden Regungen. Das Fliegende Kranich-Qi Gong aus der Tradition des buddhistischen Klosters E-Me'i wurde in den 1970er Jahren bekannt und erhielt innerhalb kurzer Zeit großen Zulauf als eine der „neuen Qigong-Formen“.



Kursplan

Freitag (Anreise)		
18 Uhr	Abendessen	
19.45 - 21.15 Uhr	Kleine Vorstellungsrunde, anschließend „Der Jade-Kaiser schaut über das Wasser“ und danach erstes Üben in Gruppen	
Zeiten		
Samstag (Frühstück ab 8 Uhr)		
ab 9.30 Uhr	„Der Jade-Kaiser schaut über das Wasser“	
9.45 - 12.45 Uhr	Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong): Erste 64er-Form mit Andrew und Ingo	Fliegender-Kranich Qi Gong mit Andreas
Mittagessen/Pause von 12.45 bis 14.30 Uhr		
14.30 - 18.00 Uhr	Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong): Erste 64er-Form mit Andrew und Ingo	Fliegender-Kranich Qi Gong mit Andreas
bis 18.15 Uhr	„Der Jade-Kaiser schaut über das Wasser“	
18.15 Uhr	Abendessen	
Zeiten		
Sonntag (Frühstück ab 8 Uhr)		
ab 9.30 Uhr	„Der Jade-Kaiser schaut über das Wasser“	
9.45 - 12.45 Uhr	Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong): Erste 64er-Form mit Andrew und Ingo	Fliegender-Kranich Qi Gong mit Andreas
Mittagessen/Pause von 12.45 bis 13.30 Uhr, anschließend nochmals gemeinsames „Der Jade-Kaiser schaut über das Wasser“ Verabschiedung ca. 14.00 Uhr		